

# MINIOVINY ENTENTYKY



## O činnosti MC Ententyky, s programem, plánovanými akcemi, nápady a zajímavostmi

č. 1/2010

Mateřské centrum funguje v rozšířených provozních hodinách, a to každou středu od 09:00 do 11:30 hod otevřeno pro maminky s dětmi. V centru máme nový přebalovací pult, který nám sponzorsky věnovala maminka Marcela Halová, které tímto srdečně děkujeme. Dále v MC máme zařízenou malou kuchyňku, kde je možné ohřát jídlo pro děti v mikrovlnné troubě, uvařit si čaj, kávu a zapůjčit si základní kuchyňské potřeby (sklenka, hrníček, příbor, atd.).

Další novinkou je, že maminka Veronika P. bude v březnu absolvovat kurz „Metodika pohybových her s kojenci a batolaty“. Sledujte naše webové stránky a nástěnku, tuto metodiku pak brzy zařadíme do našeho dopoledního programu. Mimo výše uvedené změny na Vás v centru čeká spousta dalších novinek a vylepšení!

Na setkání s Vámi se těší tým MC Ententyky.

## Projekty

### Program Rodina, děti a partnerství

V letošním roce plánujeme spoustu nových aktivit, besed a setkání, které budou zaměřeny zejména na rodinu, péče o dítě, partnerské vztahy a zdravý životní styl. Pro tento program bylo vyvinuto nové logo, které bude prezentovat všechny naše nové aktivity v tomto programu.



### Kurzy efektivního rodičovství



MC nabízí otevření velmi zajímavého kurzu, a to efektivního rodičovství, který by se konal přímo v Heršpicích. Nemusíme nikam jezdit za lektory, ale oni přijedou za námi. Povedlo se domluvit velmi kvalifikované lektory z CRSP Brno, kteří jsou vyhlášeni jako nejlepší lektori v JMK. Kurz je akreditován MŠMT. Je vhodné, aby se kurzu zúčastnili oba rodiče najednou, ale přínos je výrazný i pro jednotlivce.

Kurz se skládá celkem ze 3 seminářů: **10.4., 24.4. a 08.5.**

Kde: MC Ententyky, 1. patro

Cena: 800 Kč pro jednotlivce, 1.200 Kč pro pár.

### **Kurz pomáhá rodičům:**

- lépe rozumět svým dětem,
- vychovávat je k odpovědnosti a samostatnosti,
- správně s nimi komunikovat a povzbuzovat je,
- řešit konflikty a předcházet špatnému chování,
- stát se lepšími a klidnějšími rodiči,
- jak s dětmi jednat, mluvit a vychovávat je přátelsky ale přesto být respektován.

### **Co je efektivní rodičovství:**

Budete mít možnost vyzkoušet si, jak nejlépe zvládnout klasické a stále znovu se opakující krizové situace, do kterých se při výchově svých dětí dostáváte. Pod vedením lektora spolu s ostatními rodiči pomocí praktických ukázek z běžného rodinného života poznáte, na co je třeba klást při výchově dítěte důraz. Získáte tipy a návody, jak nově nabyté vědomosti procvičovat v domácím prostředí. Načerpáte novou sílu a chuť k plnění jedné z nejnáročnějších životních rolí. Budete mít možnost poradit se o tom, co Vás konkrétně zajímá.

### **Program kurzu:**

1. Základní stavební kameny efektivního rodičovství.
2. Rodinná atmosféra, sourozenecké konstelace.
3. Pochopení nesprávného chování dětí, řešení problémů.
4. Povzbuzování - budování sebedůvěry dítěte.
5. Komunikace - jak dítěti naslouchat, abychom mu rozuměli.
6. Komunikace - jak s dětmi hovořit, aby nám naslouchaly.
7. Přirozené a logické důsledky chování - cesta k samostatnosti.
8. Disciplína, rodinná pravidla, rodinné rady.
9. Rozvíjení vlastní sebedůvěry rodiče, závěr.

## **Hawa Camara**

V roce 2007 jsme si společně adoptovali holčičku z Guiney malou Hawu Camaru narozenou 12. června 2000. Bydlí ve městě Conakry. Od doby, kdy jsme Hawu adoptovali se v jejím životě odehrála spousta věcí, a to těch dobrých i těch horších. V loňském roce holčička prodělala vážnou nemoc, jež ji ohrožovala na životě. Díky finanční podpoře, kterou jí posíláme, mohla být Hawa hospitalizována a nemoc překonala. Peníze na školné a malé dárky již tradičně vybíráme na vánočním jarmarku, kde návštěvníci přispívají darováním jakékoliv finanční částky a nebo svými výrobky, které věnují na prodej. I v loňském roce

2009 se první adventní neděli uskutečnil vánoční jarmark, jehož celý výtěžek je věnován na potřeby Hawy Camary.

Vyučtování vánočního jarmarku si můžete prohlédnout zde: „z LAHVE“ (částka, která byla darována spoluobčanů přímo na Hawu) - 4.420Kč, zisk z prodeje zboží a občerstvení - 3.492Kč. Celková částka věnovaná na Hawu činí 7. 912Kč.

Poslední platba školného byla provedena v říjnu 2009 ve výši 5.250Kč. Dále pak v únoru 2010 bylo zasláno 1.000Kč na nákup vybavení pro Hawu (oděv, boty, hračky). Mimoto jsme Hawě poslali dopis ve francouzském jazyce o průběhu jarmarku a aktuálním dění v Heršpicích. Přímou koordinátorce sdružení Pro-contact byly poslány i malé drobnosti jako nálepky, gumičky do vlasů, záložky atd. Jedná se o drobnosti, které se vlezou do obálky, protože jinak by je koordinátorka nemohla do Conakry převézt. Adoptovaných dětí je hodně a váha obálek na letišti je přesně daná a tu nemůže koordinátora překročit. Koordinátora pojedou do Guiney v dubnu letošního roku a měla by nám nazpět přivést dopis a fotky od Hawy, na které se už moc těšíme.

Zbývá částka výtěžku z vánočního jarmarku bude ponechána jako rezerva na školné pro další období a na nákup osobních potřeb pro Hawu. Ještě jednou děkujeme všem spoluobčanům, kteří pravidelně přispívají na tento dobročinný účel. Věříme, že jednou Hawu přivítáme v Heršpicích i osobně.

## **Naše společné akce**

### **Vánoční jarmark**

Už po třetí jsme na sklonku zimy uspořádali vánoční jarmark, který má za cíl, podpořit adoptovanou holčičku z Nové Guiney Hawu. Tentokrát se nevybralo tolik jako v předešlých letech, ale na platbu to i tak stačilo. Jarmark byl obohacen výstavou betlémů, jež zaplnila celý sál Kulturního Domu. Výstava se opravdu se líbila a kompenzovala tak trochu nešťastný výběr prodejních míst, který byl soustředěn do prostor chodeb Kulturního domu. Je to pro nás ponaučení pro příště.

Vánoční atmosféru přišly v návštěvnicích naladit děti z naší ZŠ i ZUŠ ve Slavkově. Dalším zpestřením byla výroba pravých staročeských placek přímo před očima diváků, kteří měli možnost hned tuto pochoutku i ochutnat. Kromě těchto placek tu bylo k prodeji i cukroví, trubičky, klobásy, pivo i punč, káva i čaj.

### **Vítání občánků**

Dne 17. ledna 2010 se uskutečnilo v naší obci již 3. vítání občánků. Tato staronová tradice, kterou v Heršpicích obnovilo MC Ententyky, se těší stále většímu zájmu občanů. Tentokrát bylo vítáno 7 novorozenců dětí, a to Eliška Borůvková, Linda Lucie Kolovrátková, Magdalena Mrvová, Alena Brázdová, Adam Kovář, Vanesa Matušů a Tadeáš Rábík. Ke slavnostní atmosféře přispěl svým proslovem a účastí starosta obce. Každé vítané dítě dostalo malou pozornost od sponzorů, pamětní

list od obce a členové MC ještě dětskou nerezovou jídelní příborovou soupravu. Rodičům se akce líbila a my jsme rádi, že se nám tuto milou tradici podařilo obnovit.



## Beseda o první pomoci



Ve středu 10. března 2010 proběhla první plánovaná beseda, na které jsme se učili, jak poskytnout první pomoc nejen svým bližním. Pozvání mezi nás přijala paní Zdena Racková, která nám poutavou a zajímavou formou přiblížila nejen zásady první pomoci, ale podělila se s námi

i o zážitky z její praxe. V průběhu besedy měli všichni možnost vyzkoušet si masáž srdce a dýchání z úst do úst na dýchací panně. Hodně nás bylo překvapeno, jak náročné to je. Ani během dvou hodin jsme nestihli všechno probrat a těšíme se tak na pokračování.



## Aktuality

### Cvičíme jógu

Každé pondělí od 17.00 do 18.45 cvičíme JÓGU, a to systémem "Jóga v denním životě", který obsahuje neocenitelné praktické rady, týkající se těla, dechu, koncentrace, uvolnění i meditace. Jednotlivé díly byly sestaveny za pomoci poradců z řad lékařů, fyzioterapeutů a rehabilitačních pracovníků a cvičí se po celém světě. Je vhodný pro všechny věkové skupiny, nevyžaduje žádné akrobatické schopnosti.

Všichni začátečníci, kteří se k nám chcete přidat, jste srdečně vítáni. Máte však poslední možnost kurz navštěvovat, neboť tento kurz se bude uzavírat pro nové cvičence. První lekci si můžete vyzkoušet -1h,45min/30Kč. Naučíte se, jak se správně uvolnit, dýchat a ponořit se do sebe. Protáhnete a posílíte celé tělo, zbavíte se mnoha zdravotních potíží.

Na cvičení potřebujete pohodlné oblečení (např. triko, tepláky, mikinu), cvičí se bez bot v ponožkách. Karimatku si můžete přinést vlastní a nebo vypůjčit přímo

v tělocvičně. Přineste si s sebou lehkou deku na přikrytí při relaxaci. Jakékoliv nejasnosti konzultujte na mob. 731 365 853 - cvičitelka Monika Zimlová.

Paramhans svámí Mahéšvaránanda Mahámandaléšvar - autor systému říká:

Během své dlouholeté činnosti v západních zemích jsem se důkladně obeznámil se životním stylem i fyzickými a psychickými problémy lidí moderní civilizace.

Na základě těchto poznatků a zkušeností jsem sestavil a rozvinul systém "Jóga v denním životě" jako metodu, která ovlivňuje všechny oblasti života a má co nabídnout v každém životním období. Otevírá tak přístup k tradiční cestě jógy všem, bez ohledu na věk či tělesný stav. Při tom bere v úvahu i podmínky dnešní civilizace a prastaré učení přizpůsobuje potřebám člověka dnešní doby, aniž by mu však ubírala na jeho původnosti.

Autor: Monika Zimlová

## Zdravotní cvičení

Po větší odmlce opět začínáme se Zdravotním cvičením, a to každé pondělí od 19:00 do 20:00 hod ve velkém sále kulturního domu Heršpice, 1 hod = 60 minut, cena 35,- Kč. Cvičitelka: fyzioterapeutka Hana Vardžáková. S sebou boty na přezutí, malý ručník, pití. Nejlépe je domluvit se předem na tel. čísle 775 057 402 a nebo email: mcententyky@volny.cz. Program je zaměřený na zdravotní rehabilitační cvičení, určené pro všechny věkové kategorie muže i ženy.

## Cvičení s dětmi



„ Ať je léto, nebo zima, cvičení je vždycky prima.“

Zveme tímto všechny děti i rodiče na druhý ročník cvičení, které je zábavné, nenáročné a inspirující.

Cvičíme každé **pondělí od 16:00 do 16:45 hod** ve velkém sále KD Heršpice. S sebou boty na přezutí, pití a dobrou náladu.

## Dopolední program v MC

Milé maminky, již od počátku MC Ententyky provozujeme dopolední setkávání maminek s dětmi ve věku od 0 - 3let. Ne vždy však kontaktní maminka pí. Veronika Pavlušová může do MC přijít, a to z různých důvodů, kterými je například a nejčastěji nemocné dítě. Vždy jsme se snažili zkontaktovat některé z Vás, které na sebe zanechaly v MC kontakt, s prosbou o otevření prostor MC, aby mohlo být i v nepřítomnosti kontaktní maminky otevřeno a Vy jste si mohly se svými dětmi přijít hrát a povídat. Bohužel ne vždy se nějaká maminka „dobrovolnice“ našla, která by tuto službu převzala. Což nás trošku zamrzelo, neboť právě dopolední program má za cíl maminky a děti sblížovat a učit se si navzájem pomáhat.

Vzhledem k tomuto faktu jsme od února 2010 zavedly novinku, každou středu bude otvírat a zavírat prostory MC maminka pí. Alena Jeřábková. Kontaktní osobou stále zůstává maminka Veronika P.

# Novinky v MC

## Výtvarná dílnička - odpolední program

Zveme všechny maminky s dětmi od 3 do 8 let na výtvarnou dílničku, kdy se každé úterý od 17:00 do 18:00 hod budeme věnovat malování, stříhání, lepení. Tentokrát pod vedením maminky Aleny Jeřábkové. První hodina dílničky bude v **úterý 30. března 2010**, a protože máme před Velikonocemi, bude zaměřena právě na tyto svátky. Budeme vytvářet velikonoční zápichy z již částečně připravených materiálů. Z každé hodiny si děti odnesou své výtvary domů. Cena: 30Kč pro 1 dítě, rodinná cena (více dětí v rodině): každé další dítě 20Kč. Ukázka výtvorů, které budeme vytvářet 30. března:



## Angličtina v Heršpicích

### Angličtina pro nejmenší

Koncem února začaly dva kurzy angličtiny pro nejmenší děti. Celkem je zapsáno 11 dětí. Byla vypracována metodika učebního plánu na základě materiálů Oxfordské univerzity. V hodinách se vyučuje podle učebnice **Cookie and friends**. Tato kniha je určena pro mladší děti (3-6), které začínají s angličtinou. Cíle učebnice jsou v souladu s rámcově vzdělávacím programem pro předškolní vzdělání. Učebnice má vytrhávací listy, které se oddělí před výukou, takže děti pracují s pracovním listem. Každé dítě má svoji složku, kam si ukládá své veškeré pracovní listy a po skončení kurzu si je vezme domů. V pracovních listech děti procvičují motorickou dovednost a jazykové učivo. V hodinách se používá maňásek Cookie, CD, plakát Lulu, karty s obrázky. Více informací o angličtině a o probraném učivu za každou hodinu najdou vždy rodiče na webových stránkách ve složce angličtina.

### Angličtina pro dospělé

Kurzy pro dospělé se v současné době stále naplňují a je možné se ještě přihlásit. Kurzy budou pořádány vždy v odpoledních hodinách, a to každý čtvrtek od 16:30 - 21:00 hod. Upřesnění rozvrhu pro jednotlivé kurzy bude dodatečně upřesněno dle zájmu studentů a dohody s nimi. Kurzy budou následující: začátečníci, pokročilí a velmi pokročilí. Pokud máte zájem, kontaktujte nás.

## Národní týden manželství

Naše MC se letos připojuje ke kampani „Národní týden manželství“, jejímž cílem je posílit vztahy v manželství a zvýraznit potřebu zabývat se otázkou vztahových

dovedností, vytváří prostor, kde si můžeme připomenout, že spokojené manželství není samozřejmost, ale vztah, který bychom měli rozvíjet.

**Co to je týden manželství?** Koná se každý rok v období kolem svátku Valentina a je příležitostí pro všechny páry zaměřit se na svůj vztah. Kampaň se zaměřuje na principy láskyplných partnerských vztahů, na náměty a programy, které mohou pomoci partnerským dvojicím v našem okolí naučit se lépe rozvíjet a pečovat o svůj vztah. MC rádo podpoří tuto myšlenku, a to ve formě Výstavy svatebních fotografií.

## Výstava svatebních fotografií

Při příležitosti Národního týdne manželství pořádáme ve dnech

**27. 3. - 28. 3. 2010** v Kulturním domě v Heršpicích Výstavu svatebních fotografií nejen místních občanů a rodáků spojenou s besedou o manželství. Hlavní motto „Dobré manželství není samozřejmost“. Besedu o manželství povedou manželé Palečkovi ze Slavkova. Budete zde moci shlédnout fotografie různých podob, období i stylů, podobenky našich babiček, maminek, v mnoha případech i dětí. Jste srdečně zváni.

**Výzva:** Obracíme se na Vás se žádostí o zapůjčení svatebních fotografií Vás a Vašich rodin. Chceme připravit výstavu fotek, která by měla být časovým průřezem zpracování fotografií, módních doplňků a šatů v Heršpicích a okolí. Kontaktujte nás: Iveta Zástřežková - tel. 775 057 402 a nebo Alena Jeřábková - tel. 724 817 268.

### Program výstavy:

Sobota 15:00 - 16:00 beseda

16:00 - 19:00 výstava fotografií

Neděle 16:00 - 17:00 výstava fotografií

## Divadlo - dětské představení

Srdečně zveme všechny děti, rodiče, babičky a dědečky na představení divadla Věž Brno **Káťa a Škubánek**, a to v neděli **28. března 2010** od **15 hodin**. Poeticky laděná pohádka, podle známé večerníčkové předlohy, plná humoru a dobrodružství. Děti mladší 10 let vstup pouze v doprovodu dospělé osoby. Na místě bude možno zakoupit malé občerstvení.

## Babské hody

V současné chvíli probíhá organizování stárek, ale pokud jste nestihly přijít na první setkání, které se konalo 12. března, tak to vůbec nevádí. Můžete za námi přijít každý pátek od 18:30 hod. Sestavujeme páry, skupiny na českou besedu, stárky do průvodu, plánujeme průběh hodů.

Stárky opět budou zvát všechny občany na zábavu, budou se prodávat místenky v předprodeji, bude odpolední průvod obcí s koňským spřežením a večer bude zábava za doprovodu kapely **Mistřiňanka**. Upečeme koláčky, nabídneme výborné moravské víno a zajistíme i bohatou tombolu.

**22. května 2010** se opět potkáme na Babských hodech.

## Další plánované akce

- 7. 4 Beseda Zdravý životní styl, biopotraviny
- 10. 4 Kurz Efektivní rodičovství 1.
- 13. 4 Beseda Logopedie
- 17. 4 Probouzení broučků
- 24. 4 Kurz Efektivní rodičovství 2.
- 27. 4 Beseda Obezita, Diabetes
- 8. 5 Kurz Efektivní rodičovství 3.
- 22. 5 Babské hody
- 6. 6 Den dětí s dětským divadelním představením (pokračování včelích medvídků)
- 17. - 19. 6 Kampaň Táta dneska frčí s debatou Aktivní otcovství
- 25. 6 Pasování prvňáčků a rozloučení se čtvrtáky ve spolupráci se ZŠ a MŠ Heršpice
- 28. 8 Ukončení prázdnin
- 13. - 15. 10 Podzimní burza
- 3. 10 Vítání občánků
- 23. - 24. 11 Tradiční pečení vánočního cukroví
- 28. 11 Vánoční jarmark
- 5. 12 Mikuláš

## Poděkování

Děkujeme panu Novotnému, Heršpice za spravení dětských židliček a psacího stolku do MC. Děkujeme obci Heršpice za zapůjčení prostor v kulturním domě i pro letošní rok 2010, a to bezplatně tak jako pro všechna ostatní občanská sdružení v obci. Děkujeme všem občanům, kteří nám v loňském roce jakýmkoliv způsobem pomohli v naší činnosti a věříme, že nám zachováte přízeň. Děkujeme slečně Janě Pilátové za překlad dopisu Hawě do francouzského jazyka. Děkujeme panu Rábikovi za zpravení držáků balonů ve velkém sále.

---

Občasník **Miniviny Ententyky** vydává MC Ententyky, o. s., **Redakce:** Iveta Zástřešková, Barbora Dvořáková, Veronika Pavlušová, Marcela Halová, **Grafická úprava:** Iveta Zástřešková, Marcela Halová, **Fotografie:** Marcela Halová, z archivu MC, **Náklad:** 250 ks, **Vydáno:** březen 2010, **Cena:** zdarma, **Kontakt:** Mateřské Centrum Ententyky, o. s., Heršpice 91, 684 01 Slavkov u Brna, e-mail: mcententyky@volny.cz, www.mcententyky.cz, IČ: 27060195, DIČ: CZ27060195, č. účtu: 213776574/0300.